



# FICHA DE ACTIVIDAD RECOME 2.0




ID de ficha: RECME23\_AES\_A\_003

| NOMBRE DE LA ACTIVIDAD   | PARTICIPANTES A PARTIR DE ... | GRUPO DE PARTICIPANTES |    |
|--------------------------|-------------------------------|------------------------|----|
| El dado de las emociones | 6 Años en adelante            | 10                     | 25 |

| DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD | ESPACIO                          |                                  |
|--------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 30 minutos               | FISICO <input type="checkbox"/>  | VIRTUAL <input type="checkbox"/> |
|                          | ABIERTO <input type="checkbox"/> | CERRADO <input type="checkbox"/> |

| MODO DE PARTICIPACIÓN | TIPO DE ACTIVIDAD | NIVEL DE ACTIVIDAD | COSTO           |
|-----------------------|-------------------|--------------------|-----------------|
| Choose an item.       | Choose an item.   | Choose an item.    | Choose an item. |

**ETIQUETAS SUGERIDAS (Progresión, Vida de grupo, Especialidades, Competencias, IDS, ODS, VAL, Marco Simbólico, etc.)**

| TEMAS TRANSVERSALES   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PAZ   | DIVERSIDAD  | GENERO  | RESILIENCIA   | VOLUNTARIADO  | CUIDADO AMBIENTAL   | DERECHOS HUMANOS  | ECONOMIA  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| <input checked="" type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input checked="" type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |

**REQUERIMIENTOS PREVIOS**  
 Conocimiento sobre inteligencia emocional  
 Inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer las emociones propias, las de las otras personas, y cómo autorregularlas.

| LA ACTIVIDAD CONTRIBUYE A DESARROLLAR   |   |   |
|---|---|---|
| <b>CONOCIMIENTOS</b><br>Inteligencia emocional<br>Haga clic aquí para escribir texto.<br>Haga clic aquí para escribir texto.<br>Haga clic aquí para escribir texto. | <b>HABILIDADES</b><br>Escucha activa<br>Entendimiento<br>Comunicación<br>Comprensión de situaciones<br>Compartir una idea en público<br>Reconocimiento de sentimientos<br>Haga clic aquí para escribir texto. | <b>ACTITUDES</b><br>Sensibilidad<br>Tolerancia<br>Iniciativa<br>Haga clic aquí para escribir texto. |



## FICHA DE ACTIVIDAD RECME 2.0

### LO QUE NECESITO PARA LA ACTIVIDAD

| MATERIALES   | RECURSOS |
|--|----------|
| <p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"><li>5 dados grandes de papel hechos con cajas o con algún material reciclado, del tamaño de la mano y por cada equipo. En la cara de cada dado escribir una emoción: alegría, miedo, asco, tristeza, enojo, vergüenza.</li></ul> |          |

### MEDIDAS DE SEGURIDAD

Haga clic aquí para escribir texto.

### DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)

Cada equipo se ubicará con su dado a una distancia de 3 m entre sí. Quienes integren cada equipo tirarán el dado por turnos y según la emoción que salga deberán comentar: "La última vez que me sentí (alegre, triste, enojado, con miedo, avergonzado, asco) fue porque..." Y decir por qué. La finalidad es que conozcan y reconozcan las causas que producen ciertas emociones. Dar un tiempo considerable para que todas y todos los integrantes de cada equipo puedan tirar el dado. Cambiar de equipo a la palabra ¡cambio! Verificar que no se repitan los equipos.

### DURACION

5 a 15 minutos

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)

*Para pensar/nos y para sentir/nos*  
*Reunir a las y los participantes en un medio círculo para realizar una reflexión con las siguientes preguntas: ¿cómo se sintieron? ¿se identificaron con alguien al conocer que compartían alguna emoción? Comprender o identificar nuestras emociones es un aprendizaje que nos ayuda a tener empática y, por tanto, ayuda a generar mejores relaciones con los otros.*

### DURACION

10 minutos



## FICHA DE ACTIVIDAD RECME 2.0

### VARIABLES

Haga clic aquí para escribir texto.

### POSIBILIDAD DE COMPLEMENTAR CON OTRAS SECCIONES

Haga clic aquí para escribir texto.

### PARA EXPLORAR

Haga clic aquí para escribir texto.

### EVALUACION

Haga clic aquí para escribir texto.

### INFORMACION ADICIONAL

| AUTOR               | PROVINCIA | FECHA DE ELABORACION |
|---------------------|-----------|----------------------|
| Colección Educativa | NACIONAL  | 22 de mayo de 2023   |